

[S'INFORMER, SE CONNAÎTRE, S'ORIENTER]

COMMENT AIDER VOTRE ENFANT DANS SON CHOIX PROFESSIONNEL ?

Le processus du choix professionnel

et

les prestations de l'orientation professionnelle

André Hungerbuehler

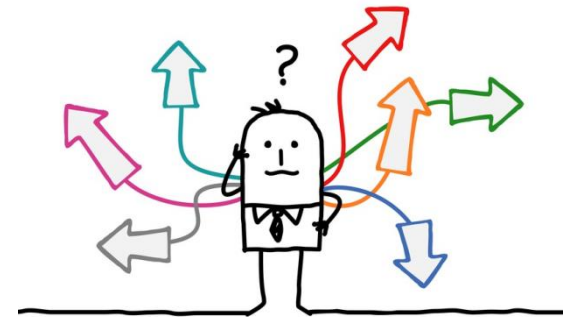
Chef du centre d'orientation scolaire et professionnelle

Région OUEST

LES SITUATIONS DANS LESQUELLES JE PEUX ME TROUVER

- Je n'ai aucune idée de ce que je veux faire plus tard...
- J'ai une idée mais je ne suis pas sûr-e que cela me plaise vraiment...
- J'ai plusieurs idées mais je ne sais pas comment choisir...
- J'ai une idée mais je ne sais pas comment y arriver...
- ...

Comment m'y prendre?



POUR CHOISIR, JE DOIS BIEN ME CONNAÎTRE

Je mets en relation ma personnalité et les métiers qui m'intéressent.

Je dois tout le temps bouger, je n'aime pas rester sur place.



Est-ce que le métier d'employé-e de commerce est fait pour moi ?

J'aime aider les gens et quand ils sont malades, je veux absolument faire quelque chose pour eux.



Est-ce que le métier d'assistant-e en soins et santé communautaire est fait pour moi ?

Je suis quelqu'un qui a le contact facile et je dois bouger pour être bien



Est-ce que le métier de gestionnaire du commerce de détail est fait pour moi ?

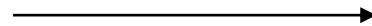
J'ai le vertige dès que je monte sur une chaise.



Est-ce que le métier de charpentier-ière est fait pour moi ?

LES ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Soi



Sous contrôle de la
personne

- Aptitudes = ce que je fais bien
- Intérêts = ce que j'aime bien
- Personnalité = qui je suis
- Valeurs = ce qui est important pour moi
- Santé = ma forme physique ou psychologique

Entretiens / Tests

EXPLORATION DE SOI

Mes valeurs:
Qu'est-ce qui me
tient vraiment à
cœur?

**Mes
compétences:**
qu'est ce que je sais
(faire/être) ?

**Ma
personnalité**

**Mes
intérêts:**
qu'est ce
j'aime faire?

**Ma
santé**



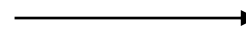
[S'INFORMER, SE CONNAÎTRE, S'ORIENTER]

Connaissance de soi
INTÉRÊTS, COMPÉTENCES,
VALEURS, MOTIVATION

OFFICE CANTONAL D'ORIENTATION SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE

LES ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Métiers - Formations



Hors du contrôle
de la personne

- Activités
- Durée
- Formation
- Conditions (lieu, salaire, horaires, etc.)
- Perfectionnements
- Marché de l'emploi

Information / Documentation

EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT

Documentation

Fiches et brochures sur les métiers et les formations

orientation.ch Cuisinier CFC Cuisinière CFC

Description

Le cuisinier ou la cuisinière apprennent des mets chauds ou froids destinés à la clientèle de divers établissements: restaurants, hôtels, boîtes, etc. Ils commandent les denrées alimentaires, en contrôlent la qualité et la quantité, leur transformation ou les entreposent en respectant les règles d'hygiène. Ils composent les menus, découpent et présentent les plats avec goût.

Leurs tâches principales consistent à:

- élaborer des plats et des menus en fonction des saisons, des produits, de la clientèle, etc.;
- créer des recettes, essayer divers produits pour renouveler la carte du restaurant; appliquer les principes diététiques pour une alimentation saine et équilibrée;
- évaluer les quantités de marchandises à commander en fonction des recettes, des réservations et des provisions de vente;
- contrôler les denrées alimentaires livrées et en déterminer la qualité en fonction de critères concrets (origine, méthode de culture, fraîcheur, etc.);
- préparer ou superviser la préparation des aliments à cuire: épilucher les légumes, les laver, couper la viande, déterminer la quantité de divers ingrédients, etc.;
- apprêter les mets qui composent le menu: potage, salade, viande, légumes, dessert, etc., en utilisant les appareils et les ustensiles appropriés;
- appliquer diverses méthodes de cuisson: blanchir, rissoler, pocher, étouffer, braiser, griller, rôtir, etc.;
- garir les plats ou les assiettes avec soies; les servir au personnel du service.

Organisation et gestion

- calculer les coûts, fixer la marge de bénéfice;
- commander les denrées en tenant compte de la date de livraison;
- contrôler la qualité des produits et les entreposer en respectant les règles d'hygiène;
- planifier les commandes;
- accueillir les clients dans la cuisine;
- réviser régulièrement les entrepôts, salles de stockage, etc.

Formation

La formation de cuisinier ou de cuisinière s'acquiert par un apprentissage.

- formation pratique (8 jours par semaine) dans un restaurant ou un hôtel ouvert à l'année ou saisonnier;
- formation théorique (1 jour par semaine) à l'école professionnelle ou, si l'apprentissage se fait dans un établissement saisonnier: 2 fois à 5 semaines de cours intercantonaux par année;
- cours interentreprises (20 jours sur 3 ans).

Date

3 ans.

- Conditions d'admission:
 - scolarité obligatoire achevée;
 - certaines entreprises ou écoles recrutent à un examen d'admission.

Titre obtenu

certificat fédéral de cuisinier, possibilité d'acquiescer pendant l'apprentissage CFC, selon les cantons.

Contenu

3 ans



Plus de 600 métiers en Suisse!



www.vd.ch/orientation

S'informer sur les métiers et les formations

Rechercher un métier

RECHERCHER

[Recherche avancée](#)

info métiers

Pour les jeunes dès la 10^e année, de novembre 2023 à mai 2024, conférences et visites d'entreprises ou de centres de formation à la rencontre des professionnels !

[Programme et inscription](#)

Atelier dossier de candidature

Besoin d'aide pour élaborer votre dossier de candidature? Des ateliers sont organisés dans notre Centre d'information de Lausanne.

[Informations et inscription](#)

via.mia.

La prestation [via.mia](#) propose un bilan professionnel gratuit pour les personnes de 40 ans et plus.

[Informations et demande de rendez-vous](#)

Informations par public:

- [Élèves de la scolarité obligatoire](#)
- [Jeunes à la recherche d'une solution de formation après l'école obligatoire](#)
- [Gymnasiennes et gymnasiers](#)
- [Adultes](#)
- [Personnes arrivées récemment dans le canton de Vaud](#)
- [Parents](#)
- [Corps enseignants](#)

Autres prestations:

- [S'orienter, comment faire?](#)
- [Changer de métier, se réorienter, comment faire?](#)
- Chercher une [place d'apprentissage](#), (lettres, cv, etc.)
- Faire des [stages](#)
- Connaître les [filières de formation](#)
- [Délais d'inscription et préparation aux examens d'admission](#)
- [Publications](#)

EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT

www.orientation.ch

The screenshot shows the homepage of orientation.ch. At the top, there is a navigation bar with 'orientation.ch' on the left and 'Professions', 'Formations', and 'Travail et emploi' in the center. On the right, there are links for 'Rechercher', 'Se connecter', and language options 'DE', 'FR', 'IT', 'RM'. A search bar is also present. Below the navigation bar, a notification banner reads 'Travaux de maintenance: des travaux de maintenance sont prévus ou en cours sur les serveurs d'orientation.ch. Plus d'informations.' The main content area features a large banner with the text 'Le portail officiel suisse d'information de l'orientation professionnelle, universitaire et de carrière' and 'Pour toutes les questions concernant les places d'apprentissage, les professions et les formations'. Below this, there are four columns of quick links: 'Rechercher une place d'apprentissage' (39782 places disponibles en Suisse), 'Rechercher un stage d'orientation' (Adresses des entreprises formatrices pour des demandes de stages), 'Rechercher une profession' (701 professions et fonctions), and 'Rechercher une formation' (23'113 offres de formation). At the bottom, there is a section 'Accès direct: je suis...' with links for 'À l'école obligatoire', 'Au gymnase', 'En emploi / en recherche d'emploi', 'En apprentissage', 'À l'école de culture générale', 'Aux études (HES/HEP/HEU)', 'Bientôt ou depuis peu en Suisse', 'Parent', and 'Enseignant-e'. On the right side, there is a blue box titled 'Clarifier mon futur professionnel' with the text '12 questionnaires pour y voir plus clair.'

EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT

zoom-vd.ch

ZOOM

Accueil

Bienvenue dans votre

Espace multimédia de l'orientation sur les métiers et les formations

Explorez en image et son les professions et les filières de formation.

Rechercher un métier...



Ex: Fleuriste, Physiothérapeute, Peintre...



LES PODCASTS DE L'ORIENTATION
Saison 2: Métiers et durabilité
En savoir plus



EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT



**Rencontrer et
discuter
avec des
professionnels et
son entourage**

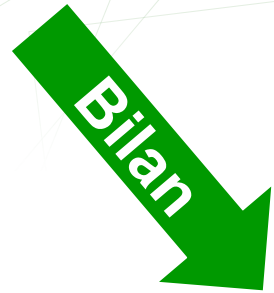
info métiers



**Les salons
des métiers,
les stages**



**Du 21.11 au 26.11.2023
Beaulieu Lausanne**



ÉLABORATION DES CHOIX

- Je reprends les idées explorées
- Je les compare
- Je les classe par préférence
- J'essaie de faire ressortir quelques projets réalistes

Liens Soi – Environnement

POUR CHOISIR, JE FAIS UN STAGE !

Faire un stage permet aussi de mieux se connaître

Je sais faire plein de choses mais je ne sais pas lesquelles me sont utiles dans le monde du travail

Je découvre un métier tel qu'il est

J'ai une idée de métier, je me suis renseigné sur vd.ch/orientation et j'ai regardé le Zoom ... maintenant je le teste

Je me rends compte des attentes du monde professionnel

Qu'est-ce qu'un patron / responsable de stage attend de moi ?

MON GUIDE PRATIQUE DE STAGE

Etape 1

Je m'informe et
j'explore les
métiers

Etape 2

Je réfléchis à mes
intérêts et mes
qualités

Les stages

Ils permettent d'explorer
le monde du travail, un
métier, mais aussi de
« s'explorer soi-même »



Annexes



RÉALISATION DES PROJETS

J'effectue les démarches pour réaliser mes projets

- Recherche d'une place d'apprentissage
- Inscriptions dans les écoles
- Curriculum Vitae
- Lettres de motivation
- Préparation aux examens
- Tests d'aptitudes
- Stages de sélection
- Entretiens téléphoniques
- Etc.



ÉTAPES

FACULTÉS

Idéal

Réalité

Explorer

Curiosité

Trier

Analyse

Prioriser

Synthèse

Réaliser

Action



LES ATTITUDES AIDANTES

- Écouter
- Révéler le jeune à lui-même
- Accepter des bifurcations soudaines
- Éviter la radicalisation



LES PRESTATIONS



- Prestations d'orientation
en 10^e et 11^e
- Prestations liées à la Transition 1
(T1)

PRESTATIONS D'ORIENTATION EN 10^e ET 11^e

PRESTATIONS D'ORIENTATION ECO-T1

LE PROCESSUS D'ORIENTATION EN ÉCOLE OBLIGATOIRE

- **Prestations individuelles**
 - Entretiens (avec ou sans les parents)
 - Soutien individualisé à la demande selon pertinence
- **Prestations collectives**
 - Passages en classe (informations, tests d'intérêts, projets de chacun)
 - Visite du CIEP
 - Info-Métiers
 - Salon des métiers
 - Nuit de l'apprentissage

PRESTATIONS D'ORIENTATION ECO-T1

LE PROCESSUS D'ORIENTATION EN ÉCOLE OBLIGATOIRE

10e

**Sensibilisation,
susciter la réflexion**

- Connaissance de soi
- Information sur les métiers & formations
- Stages d'orientation

11e

**Accompagner
l'action**

- Recherche de place d'apprentissage ou choix d'option au gymnase
- Examens d'admission et entretiens d'embauche
- Stages d'insertion / de sélection

RAC I & II

- Aide à la recherche d'une solution de formation

PRESTATIONS LIÉES À LA TRANSITION 1 (T1)

[S'INFORMER, SE CONNAÎTRE, S'ORIENTER]

POUR LES 15-25 ANS
AYANT BESOIN D'UN SOUTIEN
DANS LA RECHERCHE D'UNE
FORMATION PROFESSIONNELLE



 Département de l'enseignement et de la formation
professionnelle
Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle
Juin 2022

TRANSITION 1

DÉFINITIONS ET BUTS

Transition 1

Phase de transition plus ou moins durable entre la scolarité obligatoire et la formation postobligatoire (CFC, AFP, études gymnasiales (ECG, EC, EM)).

Public

- 15 à 25 ans
- Sans qualification du secondaire 2
- Sans solution de formation

Objectifs

- Intégration socioprofessionnelle par la formation professionnelle
- Ne vise pas à l'insertion professionnelle directe

Moyens

- Réception et clarification centralisées des demandes
- Insertion en formation professionnelle, au besoin via des mesures de transition

CASE MANAGEMENT FORMATION PROFESSIONNELLE

PHASES DU DISPOSITIF ECO-T1 - AUTOMNE ET HIVER

Phase des besoins spécifiques

- Lancer le processus et les contacts avec les maître-sse-s de classe.
- Inventorier l'avancement des projets des élèves.
- Identifier les élèves qui pourraient relever d'une prise en charge spécifique (OES, AI, SPJ, etc.).

Phase des situations prioritaires

- Identifier les élèves en grandes difficultés d'insertion en vue d'une demande d'admission anticipée et prioritaire dans une mesure de Transition 1 (COFOP, EdT SAS).

CASE MANAGEMENT FORMATION PROFESSIONNELLE

PHASES DU DISPOSITIF ECO-T1 - PRINTEMPS ET ÉTÉ

Phase de fin de scolarité

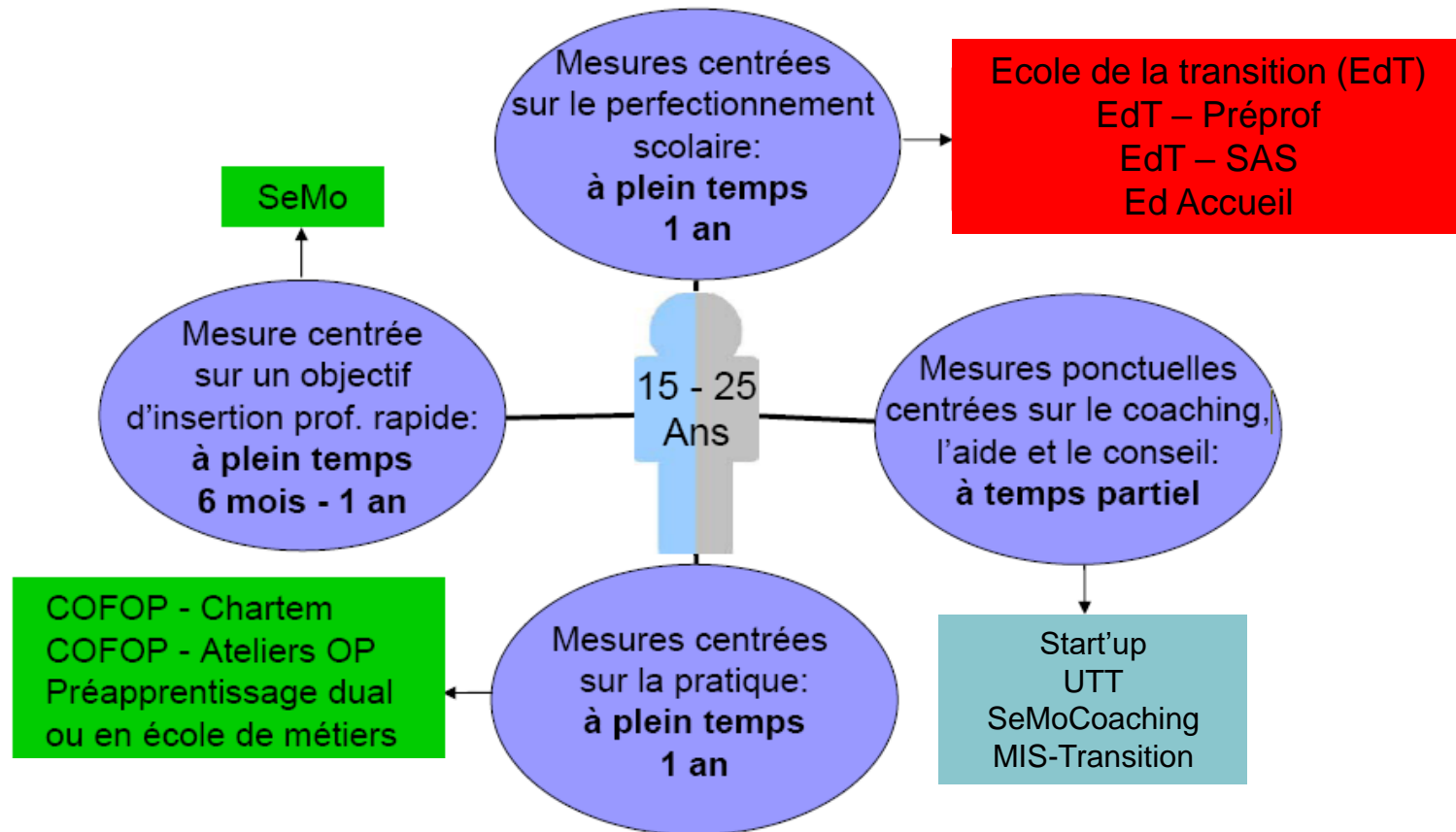
- Remobiliser les élèves autour de la recherche d'une solution de formation ou d'études, en informant notamment sur les places restantes dans la bourse des places d'apprentissage.
- Permettre aux élèves sans solution de formation confirmée d'effectuer une demande d'admission dans une mesure de transition (Ecole de la Transition - EdT, SeMo).

Durant l'été

- Identifier les élèves sans solution au terme de l'année scolaire.
- Proposer des actions spécifiques aux élèves sans solution d'insertion au terme de l'année scolaire.

TRANSITION 1

LE SYSTÈME VAUDOIS DE LA T1 – LES MESURES T1



ET POUR CONCLURE



AVEC MES REMERCIEMENTS ET EN VOUS SOUHAITANT UNE EXCELLENTE FIN DE SOIRÉE !

